



Beet-Rezept

Easy Peasy

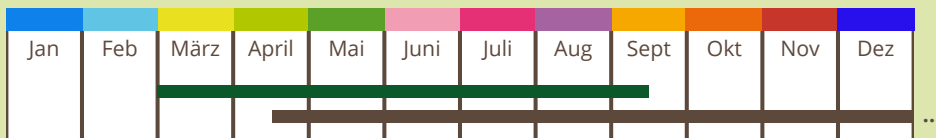
Für ein SQUARE FOOT GARDENING

Beet mit 16 Quadraten, 120 x 120 cm.

18 pflegeleichte Gemüsen auf 1,5 m²

Easy-peasy ohne Anzucht direkt ins Beet gesät.

*Asia-Salat • Brokkoli • Feldsalat • Feuerbohnen • Kohlrabi
Lauchzwiebeln • Mangold • Möhren • Pak Choi • Palmkohl
Petersilienwurzeln • Pflücksalat • Radieschen • Römervalat
Rote Bete • Salatrauke • Spinat • Zuckererbsen*



Aussaat im Freiland

Erntezeit

Sortenliste

Für dieses Beet-Rezept empfehle ich dir Saatgut der folgenden Sorten:

- **Asia-Salat** "Pikantes Asia-Quartett" - *Brassica rapa* var. *japonica*
- **Brokkoli** 'Calinaro' - *Brassica oleracea* var. *italica*
- **Feldsalat** 'Verte de Cambrai' - *Valerianella locusta*
- **Feuerbohnen** 'Preisgewinner' - *Phaseolus coccineus*
- **Kohlrabi** 'Lanro' - *Brassica oleracea* var. *gongyloides* L.
- **Lauchzwiebeln** 'Ischikrona' - *Allium fistulosum*
- **Mangold** 'Rainbow' - *Beta vulgaris* var. *flavescens*
- **Möhren** 'Nantaise 2/Milan' - *Daucus carota*
- **Mini Pak Choi** 'Tatsoi' - *Brassica rapa* ssp. *narinosa*
- **Palmkohl** 'Nero di Toscana' - *Brassica oleracea* var. *palmifolia*
- **Petersilienwurzeln** 'Halblange' - *Petroselinum crispum* subsp. *tuberosum*
- **Pflücksalat** 'Piro' & 'Rubinette' - *Lactuca sativa* var. *crispa*
- **Radishes** 'French Breakfast' - *Raphanus sativus* var. *sativus*
- **Römersalat** 'Little Gem' - *Lactuca sativa* var. *longifolia*
- **Rote Bete** 'Jannis' - *Beta vulgaris* ssp. *vulgaris* var. *conditiva*
- **Salatrauke** - *Eruca sativa*
- **Spinat** 'Butterflay' - *Spinacia oleracea*
- **Zuckererbsen** 'Norli' - *Pisum sativum* var. *saccharatum*
- **Zwerg-Ringelblume** 'Daisy' - *Calendula officinalis* nana

benötigt eine Rankhilfe



Die genannten Sorten sind z. B. bei [Bingenheimer Saatgut](#) oder im [Samenhaus](#) erhältlich. Natürlich kannst du auch mit anderen Sorten experimentieren.

So funktioniert's

Square Foot Gardening (Gärtnern im Quadrat)

Der Anbauplan nutzt die [Square Foot Gardening« Methode](#), bei der das Beet in 30 × 30 cm große Quadrate eingeteilt wird.

Ein typisches Quadratbeet ist ein quadratischer Beetrahmen in der Größe von 120 cm x 120 cm, der in 16 Quadrate mit jeweils 30 x 30 cm eingeteilt ist. Für ein optimales Wachstum wird das Beet mit [Mel's Mix](#) gefüllt.

Passe die Aufteilung ggf. an dein Beet an.



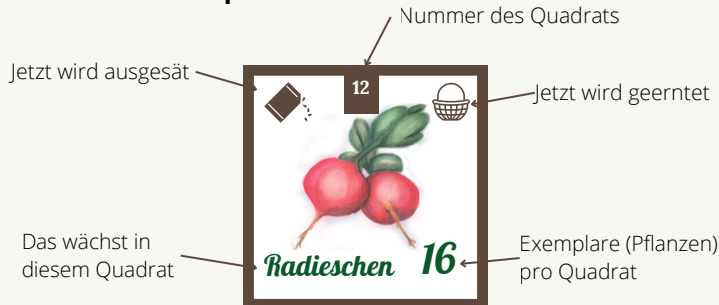
Rankgerüst

Für dieses Beet-Rezept wird an der Nordseite des Beetes eine Rankhilfe benötigt. Hier schlingen sich die Feuerbohnen in Quadrat 2 und 3 empor.

Jahresplan

Auf der **vorletzten Seite** findest du einen Jahresüberblick. Dort siehst du auf einem Blick welches Gemüse wann in welchem Quadrat wächst.

Symbole im Anbauplan



Norden



März

AUSSAAT

Mit den ersten Aussaaten kannst du bereits im März starten, sofern der Boden nicht mehr gefroren ist und sich die Erde schon etwas erwärmt hat. Ideal ist eine sonnig-warme Periode, damit die Samen zügig keimen und nicht lange in der nass-kalten Erde warten.

Mach dir aber keinen Stress, du kannst auch im April loslegen.

Farbkreis der
Aussaat-Schablone

2 16 Spinat ca. 3 cm tief aussäen, 1–2 Korn pro Saatstelle 

3 Salatrauke ca. 1 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle 

4 10 Möhren ca. 1 cm tief aussäen, 3–4 Korn pro Saatstelle 

7 Pflücksalat ca. 0,5 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle 

14 Römersalat ca. 0,5 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle 

Gut angießen und die Aussaaten konstant feucht halten.

PFLEGE

Überzählige Keimlinge von Spinat, Salatrauke und Möhren entfernst du durch bodennahes abknipsen. Die Salate vereinzelt du ebenfalls, diese darfst du auch verpflanzen.

Fehlende Pflänzchen nachsäen und ggf. Unkräuter herausziehen.

Beetplan März



1	  <i>Babyspinat</i> 16	  <i>Salatrauke</i> 16	  <i>Möhren</i> 16
5	6	  <i>Pflücksalat</i> 9	8
9	  <i>Möhren</i> 16	11	12
13	  <i>Römersalat</i> 4	15	  <i>Babyspinat</i> 16

April

AUSSAAT

Ideal ist eine sonnig-warme Periode, wenn die Forsythien blühen. Wenn du im März noch nicht gesät hast, dann hole die Aussaaten für die Quadrate **2 3 4 7 10 14** jetzt nach. Quadrat **16** bleibt dann frei, bis du Anfang Mai den Palmkohl säst.

- 1** Brokkoli **ab Mitte April** ca. 0,5 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle 
- 5** Mangold ca. 3 cm tief aussäen, nur 1 Korn pro Saatstelle 
- 6** Ringelblumen ca. 2 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle 
- 8** Kohlrabi **ab Mitte April** ca. 0,5 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle 
- 9 13** Zuckererbsen ca. 2 cm tief aussäen, 1–2 Erbsen pro Saatstelle 
- 11** Lauchzwiebeln ca. 1 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle 
- 12** Petersilienwurzeln ca. 2 cm tief aussäen, 3–4 Korn pro Saatstelle 
- 15** Spinat ca. 3 cm tief aussäen, 1–2 Korn pro Saatstelle 

Gut angießen und die Aussaaten konstant feucht halten.

← Farbkreis der
Aussaat-Schablone

PFLEGE

Überzählige Keimlinge entfernst du durch bodennahes abknipsen. Fehlende Pflänzchen nachsäen und ggf. Unkräuter herausziehen.

Beetplan April



 1  Brokkoli 1	 2  Babypinac 16	 3  Salatrauke 16	 4  Möhren 16
 5  Mangold 4	 6  Ringelblume 4	 7  Pflücksalat 9	 8  Kohlrabi 4
 9  Zuckererbsen, niedrig 9	 10  Möhren 16	 11  Lauchzwiebeln 16	 12  Petersilienwurzeln 9
 13  Zuckererbsen, niedrig 9	 14  Römersalat 4	 15  Babypinac 16	 16  Babypinac 16

Mai

ERNTE

Babyspinat und **Salatrauke** nach Bedarf ernten. Bei Blütenbildung abernten (bodennah abschneiden) und durch Feuerbohnen und Palmkohl ersetzen (siehe Aussaat).

Die äußeren Blätter vom **Pflücksalat** regelmäßig ernten, nur die inneren Blätter stehenlassen, so sind weitere Ernten bis zur Blütenbildung möglich. Wenn du den Pflücksalat häufig beerntest wird auch mit neun Pflanzen im Quadrat nicht zu eng.

AUSSAAT

Farbkreis der
Aussaat-Schablone

2 **3** Feuerbohnen **ab Mitte Mai** ca. 1 cm tief aussäen, 1-2 Bohnen pro Saatstelle. Lege die Bohnen in zwei Reihen in die hintere Hälfte des Quadrats, damit alle Pflanzen die Rankhilfe erreichen können. 

16 Palmkohl ca. 0,5 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle 

Gut angießen und die Aussaaten konstant feucht halten.

PFLEGE

Überzählige Keimlinge entfernst du durch bodennahes abknipsen.

Fehlende Pflänzchen nachsäen und ggf. Unkräuter herausziehen.

Beetplan Mai



1  Brokkoli 1	2  Feuerbohnen 8	3  Feuerbohnen 8	4  Möhren 16
5  Mangold 4	6  Ringelblume 4	7  Pflücksalat 9	8  Kohlrabi 4
9  Zuckererbsen, niedrig 9	10  Möhren 16	11  Lauchzwiebeln 16	12  Petersilienwurzeln 9
13  Zuckererbsen, niedrig 9	14  Römersalat 4	15  Babyspinat 16	16  Palmkohl 1

Juni

ERNTE

Möhren nach Bedarf ernten, mit den größten beginnen, am Blattansatz kannst du die Größe ertasten. Ernte bis Anfang Juli alle Möhren in Q4 und Q10.

Ernte **Mangold** nach Bedarf, pflücke ruhig schon die jungen, zarten Blätter.

Verpasse nicht die Ernte des **Römersalats** und ernte weiter die Blätter vom **Pflücksalat**.

Bei Blütenbildung werden sie bodennah abgeschnitten und ersetzt (siehe Aussaat).

Wenn die **Zuckererbsen** blühen, beginnt kurz darauf die Ernte. Pflücke die jungen Schoten, in denen sich die Erbsen nur leicht abzeichnen. Je häufiger geerntet wird, umso mehr Schoten werden neu gebildet. Wenn an den Zuckererbsen nur noch wenig neue Blüten erscheinen, werden die Pflanzen bodennah abgeschnitten und ersetzt (siehe Aussaat).

Letzten **Babyspinat** (Q15) ernten, bei Blütenbildung bodennah abschneiden.

AUSSAAT

Verteile vor der Aussaat eine Handvoll Kompost im Quadrat.

- | | | | |
|----|--|---|---|
| 7 | Rote Bete ca. 3 cm tief aussäen, nur 1 Korn pro Saatstelle |  | <u>Farbkreis der Aussaat-Schablone</u>
 |
| 9 | Kohlrabi ca. 1 cm tief aussäen, 2-3 Korn pro Saatstelle |  | |
| 13 | Römersalat ca. 0,5 cm tief aussäen, 2-3 Korn pro Saatstelle |  | |
| 14 | Möhren ca. 1 cm tief aussäen, 3-4 Korn pro Saatstelle |  | |
| 15 | Pflücksalat ca. 0,5 cm tief aussäen, 2-3 Korn pro Saatstelle |  | |

Gut angießen und die Aussaaten konstant feucht halten.

PFLEGE

Achte auf Anzeichen von Nährstoffmangel, wie z.B. zögerliches Wachstum oder gelbe Blätter. Dünge bei Bedarf mit einem organischen Flüssigdünger.

Beetplan Juni



1  Brokkoli 1	2  Feuerbohnen 8	3  Feuerbohnen 8	4  Möhren 16
5  Mangold 4	6  Ringelblume 4	7  Rote Bete 9	8  Kohlrabi 4
9  Kohlrabi 4	10  Möhren 16	11  Lauchzwiebeln 16	12  Petersilienwurzeln 9
13  Römersalat 4	14  Möhren 16	15  Pfücksalat 9	16  Palmkohl 1

ERNTE

Feuerbohnen kannst du in allen Reifestadien genießen. Aber immer gekocht! Sie enthalten das giftige Phasin, das erst beim Erhitzen zerstört wird. Jetzt kannst du die ganzen jungen, grünen Bohnenschoten ernten, später die noch weichen Kerne auspulen und schließlich die harten Kerne in den trockenen Schoten als Trockenbohnen nutzen.

Mangold und **Salate** weiter nach Bedarf ernten. Die ersten **Kohlrabi** (Q8) haben jetzt Erntegröße, lass sie nicht zu groß werden und ernte sie bis Anfang August.

Die **Lauchzwiebeln** in Q11 bis Anfang August abernten, hier folgen Möhren.

Das **Grün der Petersilienwurzeln** liefert frische Würze, ernte sparsam, um die Pflanzen nicht zu schwächen.

AUSSAAT

Verteile vor der Aussaat eine Handvoll Kompost im Quadrat.

4 Brokkoli ca. 0,5 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle



10 Lauchzwiebeln ca. 1 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle



Farbkreis der
Aussaat-Schablone



Gut angießen und die Aussaaten konstant feucht halten.

PFLEGE

Kappe die **Feuerbohnen** in der Höhe der Rankhilfe, sobald sie das Ende erreichen, sie verzweigen sich so besser.

Kohl wird gerne von weißen Fliegen befallen. Dies ist leicht zu erkennen, da die Fliegeln beim Berühren der Blätter auffliegen. Dusche die Blätter täglich von unten ab, um sie zu vertreiben. Kontrolliere Brokkoli und Palmkohl außerdem regelmäßig auf Raupen. Siehst du Raupenkot, ist der Übeltäter nicht weit.

Wenn die **Zwerg-Ringelblumen** verblüht sind und beginnen Mehltau zu bekommen, dann schneide sie bodentief ab, sie machen Platz für Pak Choi (siehe August-Aussaat).

Beetplan Juli



1  Brokkoli 1	2  Feuerbohnen 8	3  Feuerbohnen 8	4  Brokkoli 1
5  Mangold 4	6  Ringelblume 4	7  Rote Bete 9	8  Kohlrabi 4
9  Kohlrabi 4	10  Lauchzwiebeln 16	11  Lauchzwiebeln 16	12  Petersilienwurzeln 9
13  Römersalat 4	14  Möhren 16	15  Pfücksalat 9	16  Palmkohl 1

August

ERNTE

Ernte die **Brokkoli**-Blume rechtzeitig, bevor sich die Blüten öffnen. Wenn die Hauptblume geerntet ist, wachsen weitere kleine Blumen in den Blattachsen nach. **Feuerbohnen**, **Mangold** und **Salate** weiter nach Bedarf ernten. Junge **Rote Bete-Blätter** wandern mit in den Salat. Auch beim **Petersiliengrün** kannst du dich weiter bedienen.

Pflücke vom **Palmkohl** die untersten Blätter, solange sie noch frisch sind. Oben wachsen ständig neue Blätter nach. Du kannst die Blätter (Strunk und Mittelrippe) entfernen, wie Grünkohl nutzen, sie schmecken milder und benötigen keinen Frost.

AUSSAAT

Verteile vor der Aussaat eine Handvoll Kompost im Quadrat.

Farbkreis der
Aussaat-Schablone

- 6 Pak Choi ca. 0,5 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle 
- 8 Pflücksalat 'Piro' ca. 0,5 cm tief aussäen, 2–3 Korn pro Saatstelle 
- 11 Möhren ca. 1 cm tief aussäen, 3–4 Korn pro Saatstelle 

Gut angießen und die Aussaaten feucht halten.

PFLEGE

Kontrolliere den **Kohl** weiterhin auf weiße Fliegen und die Raupen von Kohlweißlingen.

Überzählige Keimlinge der neuen Aussaaten entfernst du durch bodennahes abknipsen. Fehlende Pflänzchen nachsäen und ggf. Unkräuter herausziehen.

Beetplan August



1  Brokkoli 1	2  Feuerbohnen 8	3  Feuerbohnen 8	4  Brokkoli 1
5  Mangold 4	6  Pak Choi 4	7  Rote Bete 9	8  Pflücksalat 9
9  Kohlrabi 4	10  Lauchzwiebeln 16	11  Möhren 16	12  Petersilienwurzeln 9
13  Römersalat 4	14  Möhren 16	15  Pflücksalat 9	16  Palmkohl 1

September

ERNTE

Ernte die letzten Röschen vom **Brokkoli** in Q1 und entferne die Pflanze.

Feuerbohnen, Mangold, Salate, Palmkohl, Kohlrabi und **Rote-Bete-Blätter** weiter regelmäßig nach Bedarf ernten.

Ernte die **Petersilienwurzeln** bis Mitte September, hier folgt Feldsalat. Auch der **Römersalat und der Pflücksalat** (Q15) werden im September abgeerntet und machen Platz für Asia-Salat bzw. Radieschen.

In Q14 sind die **Möhren** groß genug zur Ernte. Du kannst sie aber auch weiterwachsen lassen und erst im Winter ernten.

AUSSAAT

1 12 Feldsalat ca. 1 cm tief aussäen, 3-4 Korn pro Saatstelle



13 Asia-Salat ca. 0,5 cm tief aussäen, 2-3 Korn pro Saatstelle



15 Radieschen ca. 1 cm tief aussäen, 1-2 Korn pro Saatstelle



Farbkreis der
Aussaats-Schablone



Gut angießen und die Aussaaten feucht halten.

PFLEGE

Fehlende Pflänzchen nachsäen und ggf. Unkräuter herausziehen.

Beetplan September



1   Feldsalat 16	2   Feuerbohnen 8	3   Feuerbohnen 8	4  Brokkoli 1
5   Mangold 4	6  Pak Choi 4	7   Rote Bete 9	8  Pflücksalat 9
9   Kohlrabi 4	10   Lauchzwiebeln 16	11  Möhren 16	12   Feldsalat 16
13   Asia-Salat 9	14   Möhren 16	15   Radieschen 16	16   Palmkohl 1

Ernte ab Oktober

ERNTE

Wenn die **Feldsalat**-Röschen schon groß genug sind, knapp über dem Wurzelansatz abschneiden. Feldsalat ist frostfest, du kannst in über den Winter an frostfreien Tagen bis Anfang März ernten.

Schneide die **Feuerbohnen**-Triebe bodentief ab. Die reifen Hülsen kannst du drinnen nachtrocknen lassen. Sind sie knister trocken sind die Trockenbohnen lagerfähig.

Ernte die **Brokkoli**-Blume vor dem ersten Frost, sobald sie groß genug ist.

Ernte die die großen Blätter vom **Mangold** und lass nur das das »Herz« stehen, die Pflanze treibt meist im Frühjahr neu aus und kann bis zur Blütenbildung weiter beerntet werden.

Vom **Pak Choi** kannst du ca. 8 Wochen nach der Aussaat beginnen, die äußeren Blätter zu schneiden. Den Austrieb in der Mitte dabei nicht verletzen, dann wachsen neue Blätter nach. Die rohen Blätter klein geschnitten als Salat oder 3–5 Minuten gedünstet als Gemüse. Pak Choi verträgt leichten Frost.

Die **Rote Bete** und **Kohlrabi** spätestens vor dem ersten Frost ernten.

Ernte die äußeren Blätter vom **Pflücksalat** und lasse die inneren unversehrt. Pflücksalat 'Piro' überwintert, wenn es nicht allzu frostig wird.

Lauchzwiebeln und **Möhren** nach Bedarf an frostfreien Tagen ernten.

Reife **Radieschen** nach Bedarf ernten, mit den größten beginnen. **Asia-Salat** nach Bedarf schneiden, er verträgt leichten Frost.

Palmkohl ist frostfest, du kannst im Winter weiterhin die Blätter ernten. Im Frühjahr beginnt er zu blühen.



Leere Quadrate über den Winter mit Mulch abdecken.

*Ich hoffe du hattest mit diesem Beet-Rezept
viele Erntefreuden 😊*

Jahresplan

In dieser Übersicht siehst du auf einen Blick, welches Gemüse wann in welchem Quadrat wächst.

QUADRAT ↓	Januar	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												

SPÄTERER START

Du kannst mit diesem Beet-Rezept **bis Ende Juni** starten. Lass dann einfach die frühen Aussaaten weg. Ab Mai säst du die Kulturen aus, die auf der gedachten Linie Mitte Juni im Jahresplan liegen.



Gartentanja

Fragen? Ideen? Probleme?

Schreibe mir

... eine E-Mail an post@gartentanja.de



... eine Nachricht auf [Facebook](#)

... eine Nachricht auf [Instagram](#)



© Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie, Fotografie oder in einem anderen Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.